

Přidej se k nám. Pokud chceš občas zprávu s povzbuzením, přihlas se [zde](#).

Komise pro evangelizaci a domácí misii
Evangelické církve metodistické, 2024

PŮST



PROSTŘEDEK BOŽÍ MILOSTI

Výrazem „prostředky milosti“ rozumím vnější znamení, slova nebo úkony, které Bůh ustanovil a určil, aby byly řádnými komunikačními kanály, jimiž by lidem udílel předběžnou, ospravedlňující nebo posvěcující milost.

Užívám tento výraz „prostředky milosti“, protože neznám výraz lepší, a protože se v křesťanské církvi všeobecně užíval po staletí – zejména v naší (Anglikánské) církvi, která nám ukládá, abychom Boha velebili za „prostředky milosti a naději slávy“.

Hlavními prostředky milosti jsou modlitba, a to soukromá nebo ve shromáždění, zkoumání Písem (což znamená čtení, slyšení nebo meditování) a přijímání Večeře Páně. Věříme, že je Bůh ustanovil a skrze ně udílí lidem svou milost.

... Půst je mocným prostředkem milosti a zároveň nejvíce opomíjeným. Je mocný, protože půst je fyzické sebeobětování, které nás spojuje s Kristem (Fp 2,7) a otevírá naše srdce jeho milosti ...



Jak se postit?

Čiň to pro Pána, s očima upřenýma k němu. Naším jediným úmyslem je oslavovat Otce v nebesích, vyjádřit svou lítost a své zahánění nad přestupováním jeho svatého Zákona. Boží milost obrací naši mysl k Božím věcem, dodává vážnost a opravdovost našim modlitbám. Půst odvrací Boží hněv a pomáhá získat všechna velká a drahá zaslíbení, která nám Bůh dal v Kristu Ježíši.

S půstem spoj vždy horlivou modlitbu. Vylévej své srdce před Bohem, vyznávej své hříchy se všemi přitěžujícími okolnostmi, pokaž se pod jeho mocnou ruku. Předkládej mu všechny své potřeby, všechnu svou vinu a bezmocnost. Půst prohloubí tvoje modlitby za sebe a za bratry a sestry. Vyznávej i hříchy církve a lidí mimo církev.

Nehledej chválu od lidí.

Chraň se představy, že si půstem u Boha něco zasloužíš. Půst je jenom Bohem nařazenou cestou, na které očekáváme jeho nezaslouženou milost a na které nám slíbil dát požehnání zdarma, bez jakékoli naší zásluhy.

Nemysli, že vykonáváním pouhého vnějšího úkonu získáš nějaké požehnání od Boha. Je-li tvůj půst jen vnější služba, pak to všechno je jen marná námaha. Takové jednání může potrápiti tělo, duši však neprospívá.

Dbej na to, abys káznil nejen své tělo, ale také svou duši. Půst je příležitostí cvičit se ve

všech projevech svatosti, které plynou ze srdce zkroutěného a zdeptaného.

Proč se postit?

Půst pomáhá při modlitbě, zejména když si oddělíme větší časové úseky pro soukromou modlitbu. Bůh se zálibou pozvedá duše svých služebníků nad všechno pozemské a někdy je přenáší až do třetího nebe (2K 12,2).

Bůh rozhodl, že to je prostředek k odvrácení jeho hněvu a k získání požehnání, která potřebujeme (Jon 3,10).

Apoštolové vždy spojovali půst s modlitbou, když toužili po Božím požehnání při nějakém důležitém kroku (Sk 13,1–3).

Požehnání, kterých jinak nelze dosáhnout, můžeme obdržet používáním Božích prostředků. Náš Pán výslovně praví učedníkům: „Pro vaši malověrnost! Takový duch nevyjde jinak než modlitbou a postem“ (Mt 17,19–21). Půst je ustanovený prostředek k získání víry, která podrobuje i ďábly.

Jak prakticky?

Od čtvrtěčního soumraku do pátečního soumraku se zdržuj konzumace pevné stravy. Přijímej pouze vodu, kávu nebo čaj. Když během dne pocítíš hlad, zastav se a udělej si čas na modlitbu. Pokud ti takový půst nedovoluje tvůj zdravotní stav, zdrž se oblíbeného jídla nebo zvyku. Ušetřené peníze můžeš dát stranou a později použít jako dar na Boží dílo.

Pozvánka k pátečnímu půstu

podle Johna Wesleye